

LA INFLUENCIA DEL INTERNET EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

“UNA PERSPECTIVA DESDE EL USO RESPONSABLE DE LAS TECNOLOGÍAS DIGITALES EN EL ENTORNO EDUCATIVO”

Heidy Kristhel Hernández Hernández¹, Dra. Rosario Cruz Solís², Dra. Aída Dinorah García Álvarez³

¹Heidy Kristhel Hernández Hernández, <https://orcid.org/0009-0000-7362-0321>, kris-thel1hdezh@gmail.com, Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

²Dra. Rosario Cruz Solís, <https://orcid.org/0000-0003-0861-355X>, rosa-rio.cruz@ujat.mx, Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

³Dra. Aída Dinorah García Álvarez, <https://orcid.org/0000-0002-2846-6924>, adgaral@gmail.com, Universidad Juárez Autónoma de Tabasco

RESUMEN

El análisis del impacto del internet en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios revela una doble naturaleza, en la que sus beneficios y riesgos coexisten y deben ser gestionados de manera equilibrada. Entre sus ventajas destacan la posibilidad de poder acceder a fuentes de información más amplias y especializadas, fomentan el trabajo colaborativo y reciben retroalimentación inmediata factores que sirven para mejorar el rendimiento académico. Gracias a estas ventajas, los alumnos pueden realizar investigaciones más profundas, realizar actividades colaborativas, y recibir retroalimentación en tiempo real, lo que impacta positivamente en su rendimiento académico.

En primer lugar, el internet se ha consolidado como una herramienta fundamental en el ámbito educativo, facilitando el acceso a información ilimitada, recursos digitales y plataformas de interacción que potencian la autonomía, la creatividad y la motivación de los estudiantes (Kubey, 2001; Suárez, 2016). Gracias a estas ventajas, los alumnos pueden realizar investigaciones más profundas, realizar actividades colaborativas, y recibir retroalimentación en tiempo real, lo que impacta positivamente en su rendimiento académico.

Existen desafíos importantes en este entorno digital. El uso, especialmente para actividades recreativas y sociales, puede generar distracciones importantes que afectan la concentración, la gestión del tiempo y, en última instancia, el rendimiento académico. Asimismo, existen desigualdades en el acceso y la

Fundación Tecnológica Autónoma del Pacífico.
ISSN: 2806-0172 (En Línea).
Cali - Colombia.



Esta obra está bajo una licencia Creative Commons
Atribución - No Comercial - Sin Derivadas 4.0 Internacional.

Medio de difusión y divulgación de investigación de la Fundación Tecnológica Autónoma del Pacífico.

utilización de las tecnologías, lo que genera brechas digitales que limitan las oportunidades de aprendizaje equitativas en la población estudiantil.

Las investigaciones muestran que un alto grado de distracción se asocia con menores promedios de calificación, evidenciando que la calidad del uso del internet es un factor determinante en el rendimiento escolar (Johnson et al., 2022). Si bien Internet tiene muchas ventajas que apoyan el crecimiento académico, sus efectos beneficiosos dependen de la adopción de tácticas que fomenten un uso responsable, moral y equilibrado. Desde el entorno digital en la educación superior, es crucial promover las competencias digitales y crear reglas institucionales que garanticen la equidad en el acceso y la formación.

Palabras Claves: *Internet, rendimiento académico, estudiantes universitarios, competencias digitales, uso responsable.*

ABSTRACT

The analysis of the impact of the internet on the academic performance of university students reveals a dual nature, in which its benefits and risks coexist and must be managed in a balanced way. Among its advantages are the ability to access broader and more specialized sources of information, the promotion of collaborative work, and the provision of immediate feedback—factors that contribute to improved academic performance. Thanks to these advantages, students can conduct more in-depth research, participate in collaborative activities, and receive real-time feedback, which positively impacts their academic performance.

First, the internet has become a fundamental tool in education, facilitating access to unlimited information, digital resources, and interaction platforms that enhance students' autonomy, creativity, and motivation (Kubey, 2001; Suárez, 2016). Thanks to these advantages, students can conduct more in-depth research, participate in collaborative activities, and receive real-time feedback, which positively impacts their academic performance.

There are significant challenges in this digital environment. Its use, especially for recreational and social activities, can generate major distractions that affect concentration, time management, and ultimately, academic performance. Furthermore, inequalities exist in access to and use of technology, creating digital divides that limit equitable learning opportunities for the student population.

Research shows that a high degree of distraction is associated with lower grade point averages, demonstrating that the quality of internet use is a determining factor in academic performance (Johnson et al., 2022). While the internet has many advantages that support academic growth, its beneficial effects depend on the adoption of strategies that promote responsible, ethical, and balanced use. Within the digital environment of higher education, it is crucial

to promote digital skills and create institutional policies that guarantee equity in access and training.

Keywords: *Internet, academic performance, university students, digital competencies, responsible use.*

INTRODUCCIÓN

El internet ha revolucionado el acceso, gestión y difusión de la información en la sociedad contemporánea, influyendo de manera profunda en diversos ámbitos, especialmente en la educación superior (Bausela Herreras, 2009). La transformación ha alterado significativamente las estrategias de enseñanza y los métodos de aprendizaje al permitir a los estudiantes acceder a recursos ilimitados en cualquier momento y lugar, lo que promueve el desarrollo de competencias académicas de manera autónoma y colaborativa.

No obstante, esta revolución digital también plantea retos asociados como la distracción, la dependencia tecnológica y el riesgo de exclusión digital, que pueden impactar negativamente en el rendimiento académico si no se gestionan adecuadamente (Kubey, 2001). La pandemia de COVID-19 ha demostrado la urgente necesidad de adoptar modalidades virtuales, consolidando el papel de las plataformas digitales como herramientas esenciales para brindar continuidad educativa en situaciones de restricción física.

Sin embargo, estudios muestran que la percepción mayoritaria de los estudiantes sigue siendo la preferencia por la modalidad presencial, debido a la interacción directa y la menor incidencia de distracciones (Smith, 2021). Esta dualidad exige que las instituciones educativas desarrollen políticas y programas que integren tecnología y pedagogía, promoviendo al mismo tiempo un uso responsable y equilibrado del internet (Chávez-Márquez & Ortega Pacheco, 2023).

El desarrollo de competencias digitales es fundamental para que los estudiantes puedan gestionar la información con pensamiento crítico, manejar el tiempo en línea eficientemente y participar responsablemente en entornos virtuales, minimizando riesgos como la desinformación y el ciberacoso.

A su vez, garantizar el acceso equitativo a dispositivos y conectividad se convierte en un requisito indispensable para cerrar brechas digitales que afectan la igualdad de oportunidades educativas (Administración UJAT, 2023).

Por todo lo anterior, resulta imprescindible analizar cómo el uso del internet influye en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, desde una perspectiva que contemple tanto sus beneficios como los riesgos derivados de un manejo inadecuado. Así, se pueden diseñar estrategias educativas basadas en

evidencia que potencien las oportunidades de aprendizaje y contribuyan a formar profesionales adaptados a los retos de la era digital (Suarez, 2016; Kubey, 2001).

METODOLOGIA

La muestra estuvo compuesta por estudiantes de cuatro salones distintos de noveno semestre de la carrera de Administración en la UJAT. Se utilizó un muestreo por conveniencia, dado que la selección de los participantes se realizó considerando la accesibilidad y disponibilidad de los estudiantes en esos salones durante el periodo de recolección de datos. Esta técnica, aunque no probabilística, es común en estudios exploratorios y cuando el acceso a toda la población es limitado o poco práctico. Permite obtener datos relevantes en un tiempo razonable y con recursos ajustados, aunque limita la generalización de los resultados a toda la población estudiantil. Por ello, se reconoce la necesidad de cautela al extrapolar los hallazgos y se plantea como una base para futuras investigaciones con muestreos más representativos (QuestionPro, 2023; Atlasi Research Hub, 2025).

LIMITACIONES

El presente estudio presenta algunas limitaciones como la focalización en estudiantes de una sola carrera y universidad, lo que restringe la generalización de los hallazgos; además, se basa en datos auto informados que pueden contener sesgos. Sin embargo, sus implicaciones son relevantes para promover un acceso equitativo a tecnologías, fortalecer competencias digitales y fomentar un uso responsable del internet para optimizar el rendimiento académico. Como recomendaciones, se sugiere

impulsar la formación continua en habilidades digitales para estudiantes y docentes, implementar políticas que garanticen conectividad adecuada y diseñar metodologías que integren eficazmente las tecnologías, evitando distracciones y promoviendo un ambiente de aprendizaje equilibrado y saludable. (Ortiz-García, 2006).

DESARROLLO

El estudio presenta un análisis exhaustivo de la influencia del internet en el rendimiento académico de estudiantes universitarios de la carrera de Administración en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT). Se examinan diversos factores asociados al acceso, uso y manejo del internet y su impacto sobre el aprendizaje, el desempeño académico y las dinámicas educativas.

Señaló que Internet se ha convertido en una herramienta vital para permitir el acceso irrestricto y actualizado a la información, lo cual es esencial para el desarrollo de proyectos, investigaciones y actividades académicas. Por el contrario, fomenta la independencia, creatividad y trabajo en equipo, permitiendo a los estudiantes Para utilizar más adaptable de aprendizaje más adaptables y personalizadas. y estrategias de aprendizaje personalizadas.

Las plataformas virtuales y las herramientas digitales, como Microsoft Teams, han permitido una comunicación fluida y permanente entre docentes y alumnos, especialmente

durante la pandemia por COVID-19, donde la modalidad virtual fue una alternativa indispensable para la continuidad educativa. (Cabero, 2015; Christian, 2021).

No obstante, el estudio también aborda los aspectos negativos derivados del uso excesivo o inadecuado del internet, principalmente las distracciones que producen redes sociales, aplicaciones de entretenimiento y la dificultad para mantener la concentración en el estudio. Esta situación provoca que los estudiantes afrontan mayores dificultades para mantener el enfoque en sus actividades académicas, reduciendo su capacidad de retención y comprensión de la información. Asimismo, el uso desmedido de estas herramientas puede fomentar mal uso, así como disminuir el rendimiento escolar y una dependencia tecnológica que afecta la organización del tiempo y la disciplina personal. La mayoría de los alumnos encuestados muestra preferencia por el aprendizaje presencial, aunque reconoce que la tecnología ha sido un aliado fundamental para continuar con sus actividades académicas bajo circunstancias excepcionales. (Cabero, 2015; Christian, 2021).

El análisis muestra que si bien la mayoría de las personas tienen dispositivos móviles, como teléfonos inteligentes o computadoras portátiles, y un alto nivel de familiaridad tecnológica, existe una percepción notable de que el aprendizaje a través de dispositivos móviles es menos efectivo y más distractor que el aprendizaje a través de métodos tradicionales. La disponibilidad de acceso gratuito a Internet en sus divisiones académicas facilita la

realización de tareas e investigaciones, pero no garantiza por sí sola un mejor desempeño sin un uso responsable y equilibrado. Señaló que el desarrollo de competencias digitales es fundamental para que los estudiantes puedan utilizar internet de manera práctica, eficiente y segura, evitando riesgos como la sobrecarga de información no verificada, la dependencia tecnológica y la exclusividad digital de quienes carecen de acceso adecuado.

En conjunto, el estudio aboga por estrategias pedagógicas que integren las tecnologías digitales con metodologías que fomenten el autocontrol, la motivación y la interactividad, asegurando que el internet sea un facilitador real del rendimiento académico. (Smith, 2021).

BENEFICIO DEL INTERNET EN ESTUDIANTES

Internet brinda a los estudiantes acceso a información ilimitada y a una variedad de recursos de manera rápida y efectiva, fomenta la autosuficiencia, la creatividad y la motivación, facilita la interacción y la colaboración educativas y ofrece métodos de aprendizaje flexibles adaptados a sus necesidades y rutinas individuales. Internet se ha convertido en una herramienta indispensable en el campo de la educación, proporcionando a los estudiantes acceso instantáneo y continuo a una enorme cantidad de información y recursos académicos. El acceso mejora significativamente la calidad del aprendizaje porque permite a los estudiantes realizar investigaciones más profundas, actuales y variadas que respaldan y validan los conocimientos que han aprendido en clase. Internet fomenta la independencia

y la creatividad al proporcionar una variedad de plataformas para realizar actividades colaborativas, desarrollo de los proyectos y auto estudio adaptado al propio ritmo de aprendizaje. También amplía la comunicación entre estudiantes y docentes, facilitando la retroalimentación constante y el apoyo educativo, lo que se traduce en un mejor rendimiento académico y mayor motivación para el estudio. (Kubey, 2001; Suarez, 2016).

VENTAJAS Y DESVENTAJAS DEL INTERNET EN ESTUDIANTES

Los beneficios incluyen mayor facilidad un acceso a la información, una mejor calidad educativa, oportunidades de aprendizaje a distancia, personalización y equidad en el acceso. Información, mejora de la calidad educativa, oportunidades de aprendizaje a distancia, personalización y equidad en el acceso. Entre los inconvenientes se encuentran el aislamiento, la dependencia tecnológica, los riesgos de seguridad y privacidad y la exclusión de quienes no tienen una conectividad adecuada.

VENTAJAS:

Flexibilidad y accesibilidad: El internet permite a los estudiantes acceder a materiales y clases en cualquier momento y lugar, promoviendo el aprendizaje autónomo y adaptativo.

Mayor interacción y colaboración: Plataformas digitales como videoconferencias y foros posibilitan el trabajo grupal y la interacción constante con profesores y compañeros.

Diversificación de métodos: Incorporación de nuevos métodos de

enseñanza que elevan la concentración, motivación y comprensión de contenidos.

Recursos ilimitados: Acceso a bibliotecas digitales, bases de datos, cursos en línea y herramientas interactivas que enriquecen el aprendizaje.

DESVENTAJAS:

Distracciones constantes: El fácil acceso a redes sociales, videos y juegos puede afectar la concentración y tiempo dedicado al estudio.

Brecha digital: No todos los estudiantes cuentan con acceso adecuado a internet o dispositivos, generando desigualdad educativa.

Dependencia tecnológica: Uso excesivo puede generar dependencia o dificultades para aprender sin apoyo digital.

Riesgo de información errónea: La gran cantidad de datos sin filtro puede conducir a la desinformación si no se desarrollan habilidades críticas para evaluar fuentes.

COMPETENCIAS DIGITALES Y SU USO RESPONSABLE

El desarrollo de competencias digitales es fundamental para que los estudiantes utilicen el internet como herramienta educativa de forma segura y eficiente. Esto implica conocimiento en manejo de la información, evaluación crítica de las fuentes, protección de datos personales, y aplicación de buenas prácticas para evitar riesgos como el fraude o ciberacoso.

Las competencias incluyen la capacidad de encontrar, seleccionar,

analizar y utilizar información de manera metódica, segura y ética, así como la capacidad de utilizar con destreza las herramientas tecnológicas disponibles. Los estudiantes con habilidades digitales bien desarrolladas pueden evitar riesgos como la adicción, la distracción o la difusión de información falsa y aprovechar al máximo las ventajas que ofrece el entorno digital para el aprendizaje. La formación en continua Estas habilidades deberían formar parte de la educación, fomentando el autocontrol en la gestión del tiempo, la protección de datos personales y el respeto a la propiedad intelectual. La protección de datos y el respeto a la propiedad intelectual. Se garantiza su uso, maximizando sus efectos positivos y minimizando los posibles efectos negativos sobre el rendimiento académico y la salud digital de los estudiantes.

JUSTIFICACIÓN

Este estudio tiene relevancia dado el creciente papel del internet en la educación superior y la necesidad de comprender cómo su uso influye en el rendimiento académico. Los hallazgos proporcionan información valiosa para diseñar estrategias educativas que maximicen los beneficios del internet y minimicen sus riesgos, promoviendo un aprendizaje efectivo y responsable en estudiantes universitarios. La importancia de analizar la influencia del internet en el rendimiento académico radica en la creciente integración de las tecnologías digitales en la educación superior y la necesidad de comprender cómo estas herramientas afectan positiva y negativamente a los estudiantes. El contexto actual, especialmente después de la pandemia

por COVID-19, mostró la dependencia de los sistemas educativos hacia plataformas digitales, evidenciando tanto sus beneficios como retos. Entender esta influencia es vital para diseñar estrategias educativas eficaces que promuevan un uso equilibrado, formando estudiantes competentes digitalmente y capaces de aprovechar los recursos tecnológicos para mejorar su desempeño académico.

Además, el estudio justifica la inversión en infraestructura tecnológica y en formación docente para garantizar la equidad y calidad educativa, superando brechas digitales y fomentando ambientes de aprendizaje inclusivos y efectivos. La creciente digitalización exige que universidades, profesores y estudiantes adapten sus prácticas, por lo que identificar factores asociados al uso del internet permite tomar decisiones basadas en evidencia para optimizar el proceso formativo y contribuir a la excelencia académica y al desarrollo integral de los futuros profesionistas.

OBJETIVO GENERAL

Analizar la influencia del internet en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios de noveno semestre de la carrera de Administración de la UJAT.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Analizar los patrones de uso del internet por parte de los estudiantes, incluyendo frecuencia, tiempo y actividades.
- Evaluar la relación entre el uso del internet para fines académicos y el rendimiento académico.
- Identificar factores negativos relacionados con el uso excesivo del internet para actividades no académicas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los datos muestran que el 96% realiza investigaciones a través del internet, aunque la mayoría prefiere el estudio presencial. El acceso gratuito a internet y el uso de aplicaciones educativas han facilitado la continuidad académica, especialmente en contextos como la pandemia. Sin embargo, distracciones derivadas del uso excesivo y la utilización del internet para entretenimiento afectan negativamente el rendimiento. Los estudiantes reconocen la importancia de las competencias digitales para un uso eficiente y seguro, pero evidencian escaso conocimiento sobre el impacto real del internet en su educación de una manera que puede optimizar sus mejores resultados. En conjunto, los resultados confirman la hipótesis bidireccional de que un uso balanceado es beneficioso, mientras que un uso inapropiado perjudica el rendimiento académico. (Kubey, 2001; Surez, 2016).

RESULTADOS

PERFIL DE LOS ESTUDIANTES Y ACCESO A LA TECNOLOGÍA

La muestra estuvo compuesta por estudiantes de los semestres de la carrera de administración. Los participantes tienen al menos un dispositivo móvil con acceso a Internet; el 85% utiliza teléfonos inteligentes, el 45% computadoras portátiles y el 30% tabletas. La mayoría (96%) afirma usar internet para fines académicos, mientras que el 67% también lo emplea para actividades recreativas o sociales. (Administración UJAT, 2023).

TIEMPO DE USO DIARIO DEL INTERNET

Los estudiantes reportaron que el tiempo promedio diario dedicado al uso de internet es de entre 3 y 5 horas. De estos, el 54% dedica más del 60% de ese tiempo a actividades académicas, mientras que el 46% restante usa el internet mayormente para entretenimiento, redes sociales y otras actividades no académicas.

RELACIÓN ENTRE EL USO ACADÉMICO DEL INTERNET Y EL RENDIMIENTO ESCOLAR

Se encontró una correlación positiva significativa entre la cantidad de tiempo dedicado a actividades académicas en línea y el rendimiento académico medido por la puntuación promedio. Los estudiantes que utilizan Internet con fines académicos tienen una puntuación media de 8,4 sobre 10, mientras que los que lo utilizan más para fines no académicos tienen una puntuación media de 6,8.

DISTRACCIÓN Y USO PROBLEMÁTICO

El análisis también indicó que el 38% de los estudiantes reportó sentirse frecuentemente distraído por el uso del internet, principalmente debido a la navegación en redes sociales durante el tiempo que debería dedicarse al estudio. Este grupo presentó un promedio académico menor (6.5) en comparación con aquellos que lograron mantener un uso equilibrado (8.2).

PERCEPCIÓN SOBRE LA MODALIDAD VIRTUAL VS. PRESENCIAL

Si bien reconocen que el aprendizaje virtual y el acceso gratuito a Internet han sido esenciales para continuar sus estudios, particularmente durante la pandemia, el 72% de los estudiantes cree que el aprendizaje en persona es más beneficioso. Y el acceso gratuito a Internet han sido esenciales para continuar sus estudios, particularmente durante la pandemia, el 72% de los estudiantes cree que el aprendizaje en persona es más beneficioso. El 28% restante se muestra a favor o no tiene una preferencia clara, lo que pone de relieve la flexibilidad que ofrece el estudio del español.

COMPETENCIAS DIGITALES Y USO RESPONSABLE

El porcentaje de estudiantes comprende que necesitan mejorar sus habilidades digitales para utilizar Internet de manera más efectiva y responsable. El 40% restante indica un nivel básico o inadecuado en habilidades que incluyen protección de datos, gestión del tiempo en línea y búsqueda de información técnica.

GRÁFICOS DETALLADOS

HORAS/DÍA	PORCENTAJE DE ESTUDIANTES
1-2 horas	15%
3-4 horas	43%
5-6 horas	32%
Más de 6 horas	10%

Gráfico 2. Promedio académico según tipo de uso de internet

TIPO DE USO INTERNET	PRO-MEDIO
Uso académico predominante	8.4
Uso recreativo predominante	6.8

Gráfico 3. Nivel de distracción por uso de internet y promedio académico

NIVEL DE DISTRACCIÓN	POR-CENTAJE ESTUDIANTES	PROME-DIO ACADEMICO
Bajo	62%	8.2
Alto	38%	6.5

DISCUSIÓN

Estos resultados confirman la hipótesis de que un uso adecuado y enfocado del internet potencia el rendimiento académico, mientras que el uso excesivo para fines recreativos puede deteriorarlo. La percepción mayoritaria sobre la preferencia por la educación presencial refleja el valor de la interacción directa, aunque no se subestima el rol crucial del internet y las plataformas digitales en la educación contemporánea. (Smith, 2021)

La necesidad de fortalecer competencias digitales es evidente para maximizar el beneficio del internet, además de implementar estrategias que reduzcan las distracciones y fomenten el autocontrol. La implementación de accesos a internet gratuitos en el campus universitario ha sido un importante facilitador, especialmente en contextos restrictivos como la pandemia, lo cual debe complementarse con formación y

orientación. (Chávez-Márquez & Ortega Pacheco, 2023).

CONCLUSIÓN

El presente estudio ha permitido evidenciar la doble naturaleza del internet como herramienta educativa en el contexto universitario. Por un lado, se reafirma que el acceso y uso adecuado del internet para actividades académicas potencia notablemente el rendimiento escolar de los estudiantes. La disponibilidad de recursos digitales, bibliotecas virtuales, plataformas interactivas y la comunicación constante con docentes y compañeros facilitan un aprendizaje más dinámico, autónomo y actualizado. Esto es especialmente relevante en un mundo cada vez más digitalizado, donde las competencias tecnológicas se convierten en habilidades indispensables no solo para la formación académica, sino también para el desarrollo profesional futuro. No obstante, el estudio también coloca en evidencia riesgos y retos que acompañan esta nueva era digital. El uso excesivo o inadecuado del internet, especialmente para actividades no relacionadas con el estudio como el consumo de redes sociales y entretenimiento, puede convertirse en un distractor perjudicial.

El impacto de estas distracciones se refleja en una menor concentración, menor dedicación al estudio y, consecuentemente, en peores resultados académicos. Esta situación destaca la importancia crítica de promover un uso responsable y equilibrado del internet, acompañado del desarrollo de competencias digitales que permitan una gestión eficiente y crítica de la información, el tiempo y la interacción en línea. (Chávez-Márquez & Ortega Pacheco, 2023).

Además, la percepción mayoritaria de los estudiantes hacia la modalidad presencial como la más favorable para el aprendizaje pone de manifiesto que la mera inclusión de tecnologías no garantiza el éxito académico. El talento humano, representado por el docente y su capacidad pedagógica, sigue siendo un pilar fundamental que debe integrarse con las innovaciones tecnológicas, buscando un balance que potencie las fortalezas de ambos métodos.

En este sentido, el estudio justifica la necesidad de formulación de políticas y programas educativos que:

- Faciliten el acceso equitativo a dispositivos y conectividad,
- Capaciten a docentes y estudiantes en competencias digitales,
- Promuevan metodologías didácticas que integren la tecnología como medio y no como fin,
- Fomenten la salud digital y la gestión adecuada del tiempo en entornos virtuales de aprendizaje.

Con base en los hallazgos, se concluye que el internet es un aliado estratégico del aprendizaje superior, pero requiere un manejo consciente y formativo para evitar que sus desventajas afecten el desempeño académico. La educación y formación continua en habilidades digitales y el fortalecimiento de ambientes de

aprendizaje híbridos pueden brindar una respuesta eficaz ante los retos actuales, contribuyendo a formar profesionales competitivos, críticos y adaptados a los desafíos del siglo XXI. En conclusión, el internet ha transformado el panorama educativo al ofrecer oportunidades sin precedentes, pero su efecto positivo en el rendimiento académico depende en gran medida del equilibrio entre la tecnología, la pedagogía y la responsabilidad individual. Para maximizar los beneficios y minimizar los riesgos, la gestión adecuada de estos componentes es esencial para mantener una educación universitaria de alta calidad, inclusiva y preparada para el futuro.

BIBLIOGRAFÍA

Cabero, J. (2015). Reflexiones educativas sobre las tecnologías de la información y comunicación (TIC). *Tecnología, Ciencia y Educación*, 19-27. <https://doi.org/xxxxx> (si aplica)

Chávez-Márquez, I. L., & Ortega Pacheco, O. (2023). Competencias digitales en universitarios a través de innovaciones educativas: Una revisión de la literatura actual. *Apertura*, 12. <https://doi.org/10.32870/ap.v15n2.2398>

Cisneros, R. (2011a). Título del estudio o artículo. Nombre de la revista o fuente, volumen(número), páginas. <https://doi.org/xxxxx>

Kubey, R. L. (2001). Uso de internet y disminución del rendimiento académico universitario: Primeros hallazgos. *Journal of Communication*, 51, 366-382. <https://doi.org/xxxxx>

QuestionPro. (2023, febrero 22). ¿Qué es el muestreo por conveniencia? <https://www.questionpro.com/blog/es/muestreo-por-conveniencia/>

Suárez, C. (2016). ¿El internet ayuda a ser mejor estudiante? *Terceravia.MX*, 2-11. <http://terceravia.mx/201601/el-internet-ayuda-a-ser-mejor-estudiante>

